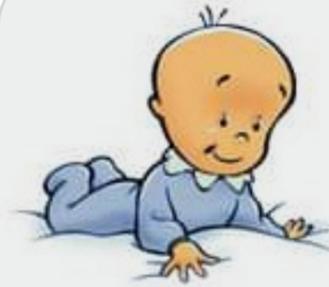


Prévention de la plagiocéphalie : Évitons la tête plate !



Quand je dors

- Je dors toujours sur le dos
- Ma tête est libre de mouvements
- Je n'utilise ni cale tête, ni cale bébé, ni coussin
- Je varie ma position pour dormir pour que mes parents ne se trouvent pas toujours du même côté



Quand je suis éveillé(e)

- Je bouge librement
- Je limite le temps passé dans le matériel de puériculture (transat, maxi-cosy, nacelle...)
- Je joue sur un tapis ferme avec un parent
- Je joue 15-20 minutes par jour sur le ventre
- Lors des changes, je passe 30 secondes sur chaque côté et sur le ventre
- Je découvre ma bouche et mes mains librement quand je suis éveillé(e) (pas de tétine, ni gants...)
- J'observe ce qui m'entoure
- Je bois dans les bras en alternant les côtés
- Je préfère être porté dans les bras, en écharpe ou en porte-bébé le plus possible
- Mon maxi-cosy, reste dans la voiture

